



# Prevención de Enfermedades Causadas por Calor

2010 Entrenamiento para Empleadores

# Objetivos del Entrenamiento

- Aumentar la conciencia y el compromiso con la seguridad y salud en el lugar de trabajo.
- Revisar los requisitos regulatorios sobre prevención de enfermedades causadas por calor.

# No se Arriesgue

El Calor mata...su negocio!

- En el año 2009, 16 lugares de trabajo fueron cerrados por peligros inminentes debido al calor
- En el 2009 se emitieron 1158 citaciones y multas por casi \$2 millones
- El Fiscal de Distrito puede revisar estos casos por actividad criminal
- Mala prensa/atención de los medios de comunicación
- Se confirmaron 41 enfermedades causadas por calor y una muerte en el 2009

# Título 8 Sección 3395

## Elementos para Prevención de Enfermedades Causadas por Calor

### Incluyen:

- Acceso al Agua
- Acceso a Sombra
- Procedimientos Escritos  
Incluyendo Plan de Emergencia
- Entrenamiento

# Acceso al Agua:

Acceso a suficiente cantidad de agua potable para beber deberá estar disponible todo el tiempo, con por lo menos, un cuarto de galón por empleado por hora durante toda la jornada.

- Proveerse sin costo para los trabajadores.



# Procedimientos Efectivos para Reabastecimiento

- Asigne una persona(s) para que periódicamente revisen el nivel de agua en los contenedores.
- Especifique con que frecuencia se revisarán los contenedores.
- Asegure que el agua esté convenientemente fresca.



# Aníme a que frecuentemente se *Beba Agua!*



Recuerde a los trabajadores que no esperen hasta que tengan sed!

# Cuando no Hay Acceso a la Sombra



**PELIGRO SERIO:** Cuando la temperatura exterior en el lugar de trabajo excede 85 grados F y no hay sombra. **USTED CORRE EL RIESGO DE UNA CITACION SERIA!**

**PELIGRO INMINENTE:** Cuando la temperatura exterior en el lugar de trabajo excede 90 grados F y no hay sombra. **USTED CORRE EL RIESGO DE QUE LE PAREN DE TRABAJAR (OPU)!**

# Acceso a la Sombra



Coloque las estructuras de sombra tan cerca como sea posible al área donde los empleados están trabajando.

Tenga y mantenga una o más áreas con sombra. Permita el acceso a la sombra en todo momento.

# Aníme a los Empleados a Usar la Sombra



Aníme a los empleados a tomar un descanso para refrescarse en la sombra, por un periodo de no menos de cinco minutos.



**“Regla empirica”**: la cantidad de sombra presente debe ser suficiente para acomodar en todo momento a 25% de los empleados en el turno de trabajo.

Cuando la temperatura es más baja  
que 85°F



Cuando la temperatura no exceda 85 grados F,  
provea sombra o acceso oportuno a sombra  
cuando se lo pidan.

# ¿Presenta un peligro la estructura de la sombra?



En situaciones donde el empleador puede demostrar que no esta seguro o es imposible proveer sombra, puede utilizar procedimientos establecidos para proveer sombra cuando le sea requerido, o para empleadores no agrícolas, medidas de enfriamiento alternativas que provean protección equivalente.



# Procedimientos Escritos

- Siempre y cuando sean efectivos, sus procedimientos para ***Prevención de Enfermedades Causadas por Calor*** pueden ser integradas dentro de su ***IIPP***
- Mantenga los procedimientos en o cerca del lugar de trabajo, para que puedan estar disponibles a representantes de Cal/OSHA cuando los pidan.

# Procedimientos Escritos

## Detalle como su compañía hará para:

- Proveer acceso al agua y la sombra
- Monitorear la temperatura
- Establecer procedimientos para altas temperaturas y como enfrentar la falta de aclimatación
- Entrenar a todos los empleados y supervisores
- Responder sin demora a enfermedades posiblemente causadas por calor, proveer primeros auxilios y servicios de emergencia.
- Proveer direcciones claras y precisas al lugar de trabajo.

# Asegurar Acceso al Agua y a la Sombra

- Asigne una persona para garantizar que se provea suficiente cantidad de agua y que la sombra esté abierta y en su lugar
- Especifique que el agua y la sombra se coloquen tan cerca de los trabajadores como sea posible
- Describir con que frecuencia como se reemplazara agua en los contenedores.
- Determine como se animará a los trabajadores a beber agua y a usar la sombra frecuentemente



# Monitorear el Clima

<http://www.nws.noaa.gov/>

- Instruir a los supervisores a vigilar el clima en el lugar de trabajo (monitoreando las predicciones de temperaturas altas pronosticadas y periódicamente usando un termómetro)
- Determinar como se usará la información del clima para modificar el horario de trabajo, aumentar periodos para beber agua y to mar descansos, o dejarde trabajar temprano si es necesario.

The screenshot displays the National Weather Service website interface. At the top, the NOAA logo is on the left, and the text "National Oceanic and Atmospheric Administration's National Weather Service" is centered. Below this, navigation links for "Site Map", "News", and "Organization" are visible. The main content area is titled "California State Information" and features a map of California with various weather offices marked. A sidebar on the left lists navigation options such as "Local forecast by 'City, St'", "XML RSS Feeds", "Warnings", "Observations", "Forecasts", and "Text Messages". On the right side of the map, there are several buttons for "Hourly Report", "Public Information", "State Forecast", "Climatic Data", "Zone Forecast", "Hydro Products", "Short Term Forecast", "Aviation Products", "Forecast Discussion", "Watches", "Weather Summary", "Special Weather", and "Warnings and Advisories". A "Back to Main LV" button is located at the bottom right. A footer note at the bottom of the map area reads: "Click on the above map for current site specific weather observations".

# Procedimientos para Alta Temperatura

Cuando la temperatura llegue o exceda 95 grados Fahrenheit o durante una ola de calor, asegúrese en absoluto que usted:

- Asegura comunicación efectiva (por voz, observación o medios electrónicos)
- Observa a los empleados para que estén alerta y para identificar señales y síntomas de enfermedad causada por calor
- Da recordatorios más frecuentes para beber agua suficiente
- Supervisa de cerca a empleados nuevos y a todos los empleados durante una ola de calor



# Enfrentar la Falta de Aclimatación

- Como empleador, usted es responsable por las condiciones de trabajo de sus empleados, por eso usted debe actuar efectivamente cuando las condiciones resultan en una exposición repentina al calor por lo cual sus trabajadores no están acostumbrados.

Por lo tanto, determine como hará usted para:

- Aminorar la intensidad del trabajo de los empleados durante las primeras dos semanas de trabajo
- Ser extra-vigilante con nuevos empleados para inmediatamente reconocer síntomas de enfermedad posiblemente causada por calor

# Enfrentar la Falta de Aclimatación

- Durante una ola de calor o un aumento repentino del calor, determine como hará para proteger a sus trabajadores de las condiciones que resulten de la exposición repentina al calor



**Recuerde:** ¡el entrenamiento para los empleados y los supervisores debe incluir la importancia de la aclimatación, cómo se desarrolla, y cómo sus procedimientos la tratan!

# Entrenamiento de Empleados y Supervisores

Asegure que todos los empleados y supervisores:

- Están entrenados antes de trabajar al aire libre en el calor
- Conozcan y sigan los procedimientos de su compañía

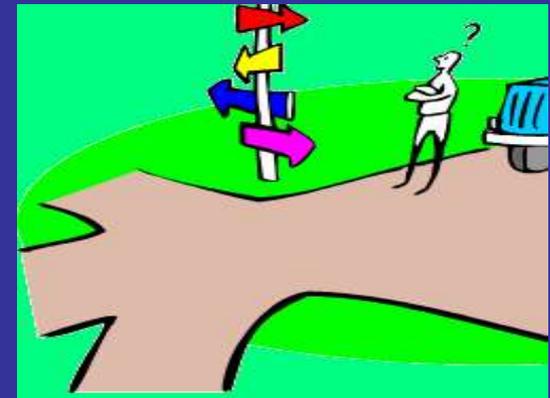




# Procedimientos de su Plan de Emergencia

Para asegurar que se proporcione asistencia de emergencia sin demora, tenga planeado como hará para:

- Responder inmediatamente a síntomas de causada posiblemente enfermedad por calor
- Comunicarse con los proveedores de servicios médicos de emergencia
- Proveer direcciones claras y precisas al lugar de trabajo
- Asegurar que se sigan los procedimientos de emergencia cuando sea apropiado



# Entrenamiento de Empleados

## ANTES DE TRABAJAR AL AIRE LIBRE!

- Los factores de riesgo ambientales y personales para enfermedades causadas por calor
- Procedimientos de su compañía para prevención de enfermedades causadas por el calor
- Importancia de consumir con frecuencia pequeñas cantidades de agua
- Importancia de la aclimatación
- Diferentes tipos de enfermedades causadas por calor, señales y síntomas comunes



# Entrenamiento de Empleados

- Importancia de reportar inmediatamente al supervisor señales y síntomas de enfermedades causadas por calor
- Procedimientos para responder a enfermedad posiblemente causada por calor
  1. Procedimientos para comunicarse con servicios medicos de emergencia
  2. Procedimientos para asegura que las direcciones a el lugar de trabajo sean claras y precisas cuando se llamen los servicios medicos de emergencia





# Lo Que Usted Necesita Hacer Como Supervisor:

- Asegurarse que los empleados son entrenados antes de trabajar en el calor al aire libre
- Asegurarse que los trabajadores conocen y siguen los procedimientos de la compañía
- Supervisar de cerca a los trabajadores nuevos durante los primeros 14 días
- Monitorear el clima en el lugar de trabajo
- Recordar a los empleados que beban suficiente agua

# Lo Que Usted Necesita Hacer Como Supervisor, Cont....:

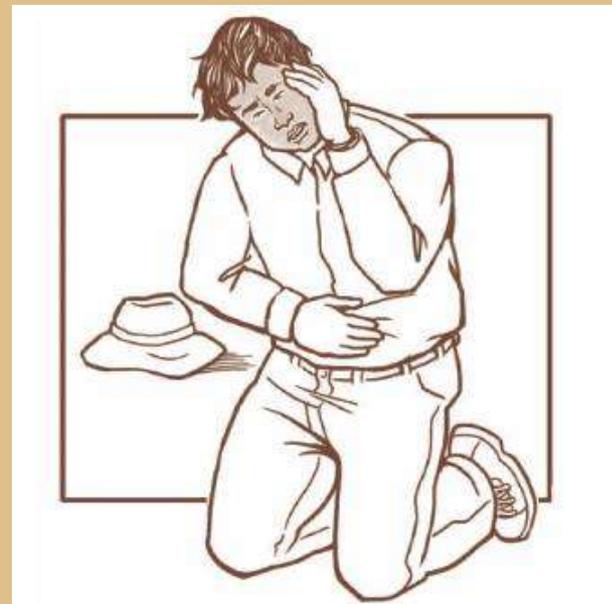
- Mantener comunicación efectiva todo el tiempo con los empleados (hablando, observando o por medios electrónicos)
- Observe que los empleados estén alerta a señales y síntomas de enfermedades causadas por calor
- Conozca que procedimientos debe seguir cuando un trabajador muestre señales y síntomas de enfermedades causadas por calor
- Responda sin tardar a enfermedades causadas por calor: proporcione primeros auxilios y servicios de emergencia

# Señales y Síntomas de Enfermedades Causadas por Calor



## Agotamiento por Calor

Mucho Sudor,  
Calambres,  
Pulso Rápido,  
Dolor de Cabeza  
Náuseas,  
Vómito



## Insolación

Piel Seca, Roja y  
Caliente, Alta  
Temperatura en el  
Cuerpo,  
Desorientado,  
Confundido

Necesita Ayuda  
Medica

# En Resúmen:

Los Elementos de Prevención de Enfermedades Causadas por Calor Incluyen:

- Acceso al Agua
- Acceso a la Sombra
- Procedimientos Escritos Incluyendo Plan de Emergencia
- Entrenamiento de Empleados y Supervisores

# Para Información Adicional

Visite la Página de Internet de Cal/OSHA sobre Enfermedades Causadas por Calor:

<http://www.dir.ca.gov/DOSH/HeatIllnessInfo.html>

DIR | Labor Law | Cal/OSHA | Workers' Comp | Apprenticeship | Statistics & Research | Mediation | Boards | Media

Consultation | Enforcement | Heat Illness | IIPP | Partnerships | Payments | Permits | Postings | Statistics | Workplace Safe

## Division of Occupational Safety and Health (DOSH) - Heat Illness Prevention

**I WANT TO . . .**

- ➔ See an index of DOSH services
- ➔ Apply for a permit or registration
- ➔ Learn about asbestos
- ➔ Attend a meeting or workshop
- ➔ Develop an injury & illness prevention program
- ➔ File a health & safety complaint
- ➔ Get information on safety
- ➔ Know my rights
- ➔ Obtain a free consultation
- ➔ Report an accident or injury
- ➔ See accident statistics
- ➔ See available publications
- ➔ Learn about elevator permits & safety

**LINKS**

- ➔ Cal/OSHA Advisory Committee

**California employers are required to take these four steps to prevent heat illness**



- 1. Training**  
Train all employees and supervisors about heat illness prevention.
- 2. Water**  
Provide enough fresh water so that each employee can drink at least 1 quart per hour, *and encourage them to do so.*
- 3. Shade**  
Provide access to shade for at least 5 minutes of rest when an employee believes he or she needs a preventative recovery period. *They should not wait until they feel sick to do so.*
- 4. Planning**  
Develop and implement written procedures for complying with the Cal/OSHA Heat Illness Prevention Standard.

**Heat illness training**

- ➔ **UPDATE** [Heat Prevention seminars](#)
- ➔ **NEW** [Heat Illness Prevention Training Powerpoint for Agricultural Employers \(English\), Spanish \(10 MB\)](#)

# Consulta Cal/OSHA

## Para comunicarse con nosotros

Para ver una lista completa de los servicios GRATIS que ofrecemos visite nuestra pagina Web, [www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html](http://www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html)

### Comuníquese con la oficina más cercana:

Fresno	559-454-1295
Oakland	510-622-2891
Sacramento	916-263-0704
San Diego	619-767-2060
San Bernardino	909-383-4567
Santa Fe Springs	562-944-9366
San Fernando Valley	818-901-5754

**A lo largo del estado: 800-963-9424**



# Aviso

**Esta presentación no debe ser un sustituto ni una interpretación legal de las regulaciones de seguridad y salud ocupacional. Se advierte al lector que se refiera directamente al Título 8 del Código de Regulaciones de California, o al Código de Trabajo, para obtener información detallada y exacta, especificaciones, excepciones y otros requisitos que podrían aplicarse a su operación.**